



Η αναβάθμιση του χαμόγελού σας ξεκινά από την καλή στοματική υγιεινή. Τα υγιή ούλα και οι γνάθοι με σωστή συναρμογή τονίζουν κάθε ωραίο χαμόγελο. Η βελτίωση του χαμόγελού σας μπορεί να είναι μια εύκολη διαδικασία, όπως η απλή λεύκανση που διορθώνει το χρώμα των δοντιών ή μια απλή τεχνική συγκόλλησης που θα αλλάξει το σχήμα του δοντιού. Οι περισσότεροι επεμβατικές προσεγγίσεις περιλαμβάνουν χειρουργική θεραπεία για την τροποποίηση του περιγράμματος των ούλων, την ευθυγράμμιση των δοντιών με ορθοδοντικούς μηχανισμούς ή την αντικατάσταση των ελλειπόντων δοντιών με μερικές οδοντοστοιχίες, εμφυτεύματα ή ολικές οδοντοστοιχίες. Υπάρχει μια ποικιλία μεθόδων αποκατάστασης που διασφαλίζουν ένα υγιές χαμόγελο: η συγκόλληση συνθέτων ρητινών, οι όψεις, τα ένθετα και τα επένθετα, και οι στεφάνες. Υλικά όπως οι σύνθετες ρητίνες στην απόχρωση του δοντιού και τα κεραμικά υλικά χρησιμοποιούνται συχνά για την αποκατάσταση των δοντιών στη φυσικά ελκυστική τους εμφάνιση. Η επιλογή των κατάλληλων υλικών εξαρτάται από την ποσότητα της οδοντικής δομής που αντικαθίσταται.

Ενδέχεται να έχετε ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα ερωτήματα σχετικά με το χαμόγελο και την στοματική σας υγεία:

- Είναι τα πρόσθια δόντια μου υπερβολικά κοντά σε σχέση με το χαμόγελο μου;
- Πώς μπορούν να κλείσουν τα εκτεταμένα κενά ανάμεσα στα πρόσθια δόντια μου;
- Ποιες επιλογές έχω για να ευθυγραμμίσω τα συνωστισμένα μου δόντια;
- Μπορεί η λεύκανση να βελτιώσει τα κηλιδωμένα δόντια μου; Θα πρέπει να προηγηθεί από οποιαδήποτε άλλη θεραπεία;
- Ποιες τροφές και ποτά θα δημιουργήσουν λεκέδες στα δόντια μου και στις νέες αποκαταστάσεις;
- Πώς προφυλάσσω και διαχειρίζομαι την υπερευαισθησία των δοντιών;
- Ποιες είναι οι επιλογές για την αποκατάσταση των σπασμένων πρόσθιων δοντιών μου;
- Επηρεάζουν τα ελλείποντα δόντια μου τη μάσηση;
- Υπάρχει τρόπος να αλλάξω το «ουλικό» μου χαμόγελο;
- Πώς μπορούν να διορθωθούν τα απωθημένα ούλα μου;
- Μπορεί η οδοντοστοιχία μου να έχει μια πιο φυσική εμφάνιση και να εφαρμόζει καλύτερα κατά τη μάσηση;
- Είναι δυνατόν το δάγκωμα και το χαμόγελό μου να βελτιώσουν την υγεία, την εμφάνιση και την αυτοπεποίθησή μου;

Σκοπός του βιβλίου αυτού είναι να απαντήσει σε ερωτήματα σαν κι αυτά και να απεικονίσει τις διάφορες διαθέσιμες θεραπευτικές επιλογές. Άλλωστε, στη δημιουργία του χαμόγελού σας συμμετέχουν όλα σας τα δόντια και τα ούλα, τα οποία εκτίθενται όταν μιλάτε ή χαμογελάτε πλατιά. Ελπίζω οι εικόνες του βιβλίου να σας βοηθήσουν να πάρετε αποφάσεις για την αποκατάσταση και τη διατήρηση ενός υγιούς και ελκυστικού χαμόγελου.



Ένα ελκυστικό χαμόγελο εκθέτει τα πρόσθια δόντια της άνω γνάθου. Συνεπώς, αν ο στόχος μας είναι η επίτευξη ενός αισθητικά αποδεκτού χαμόγελου, τότε το σχήμα, το μήκος, το χρώμα και το περίγραμμα των δοντιών αυτών αποτελούν τους βασικούς παράγοντες που θα πρέπει να ληφθούν υπόψη κατά τη διαδικασία της αποκατάστασης. Υπάρχουν διάφορα κεραμικά υλικά που χρησιμοποιούνται στην κατασκευή στεφανών για την αποκατάσταση των πρόσθιων δοντιών. Σε αυτά περιλαμβάνονται τα μεταλλοκεραμικά και τα ολοκεραμικά υλικά. Η επιλογή του κατάλληλου υλικού είναι συνάρτηση του χρώματος του υποκείμενου δοντιού, αλλά και των γειτονικών δοντιών. Η μεταλλοκεραμική ή αδιαφανής ολοκεραμική στεφάνη –όπως αυτή από ζirkόνιο– χρησιμοποιείται για την κάλυψη της δυσχρωμίας, ενώ οι διαφανείς ολοκεραμικές στεφάνες επιλέγονται για να προσεγγίζουν το φυσικό χρώμα του υποκείμενου δοντιού.

Η ασθενής αυτή –35 ετών– ήταν δυσαρεστημένη με τη σκούρα γκρι απόχρωση της γραμμής των ούλων των πρόσθιων δοντιών της, η οποία οφειλόταν στην ύπαρξη μεταλλοκεραμικής στεφάνης. Όταν η ασθενής χαμογελούσε και μιλούσε, η μεταλλική υποδομή της στεφάνης γινόταν εμφανής. Για την αντικατάσταση της προσθετικής εργασίας προτιμήθηκε μία διαφανής ολοκεραμική στεφάνη. Η ασθενής ήταν τελικά ικανοποιημένη με τη φυσική απόχρωση της γραμμής των ούλων και τη βελτιωμένη συνύπαρξη του σχήματος και του χρώματος των πρόσθιων δοντιών της.



Η υφίζηση των ούλων αποτελεί ένα κοινό αισθητικό πρόβλημα που απασχολεί τους ενήλικες άνω των 40 ετών. Ενδέχεται η σταδιακή αυτή αλλαγή να μην είναι συχνά αισθητή, επειδή ακριβώς οι διαφορές είναι ελάχιστες από την μία μέρα στην άλλη. Πολλά αίτια ενοχοποιούνται για την υφίζηση των ούλων: σε αυτά περιλαμβάνονται η περιοδοντική νόσος, η ανώμαλη θέση των δοντιών που οφείλεται σε συνωστισμό, το έντονο βούρτσισμα, η μη ορθή χρήση του οδοντικού νήματος, τα αδύνατα και εύθραυστα ούλα, οι διατροφικές διαταραχές –όπως η βουλιμία–, η εμφύθιση καπνού στα ούλα, το τρύπημα της γλώσσας ή του χείλους και το σφίξιμο ή η αποτριβή των δοντιών. Εάν η υφίζηση των ούλων δεν θεραπευθεί, μπορεί να οδηγήσει στην απώλεια του δοντιού.

Για την αντιμετώπιση της υφίζησης υπάρχουν διαφορετικοί τύποι ουλικών μοσχευμάτων, τα πλέον συνήθη από τα οποία είναι τα μοσχεύματα από συνδετικό ιστό. Η διαδικασία συνίσταται στην αφαίρεση ιστού από την υπερώα του στόματος και την συρραφή της στα ούλα που βρίσκονται γύρω από τις εκτεθειμένες ρίζες. Μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί μόσχευμα από τράπεζα ιστών.

Ο 50χρονος αυτός ασθενής εμφάνιζε αποτριβή των δοντιών και υφίζηση της γραμμής των ούλων εξ αιτίας του έντονου βουρτσίσματος. Τα ούλα και τα δόντια του αποκαταστάθηκαν με ένα ουλικό μόσχευμα και όψεις πορσελάνης, αντίστοιχα. Του δόθηκαν επίσης οδηγίες για το σωστό τρόπο βουρτσίσματος (με μαλακή οδοντόβουρτσα και μια λιγότερο αποτριπτική οδοντόκρεμα) και τη χρήση του οδοντικού νήματος.